

## OSOBY STARSZE

Osoby starsze powinny mieć indywidualny plan na wypadek wystąpienia zagrożenia, przygotowany wcześniej w kontakcie ze swoją rodziną oraz sąsiadami. Osoby starsze mogą w sytuacji zagrożenia poprawić stan swojego bezpieczeństwa jeśli:

- trzymać będą w domu pod ręką zestaw pomocy na wypadek zagrożenia gotowy do zabrania, gdy będą musiały ewakuować się z domu;
- znać będą adres i numer telefonu lokalnych władz;
- opatrzą etykietkami sprzęt, którego będą potrzebować, taki jak wózki inwalidzkie, laski;
- przygotują listę używanych przez siebie lekarstw i urządzeń medycznych;
- zaplanują transport na wypadek ewakuacji;
- uzupełnią zapasy lekarstw, gdy te będą się kończyć;
- znać będą numer telefonu dyżurującej 24 godziny na dobę apteki;
- umieszczą przy telefonie numery telefonów alarmowych;
- trzymać będą w portfelu lub torebce zapasową listę ważnych numerów kontaktowych, jak też informacji medycznej;
- opracują plan i przećwiczą najlepsze drogi ucieczki z domu.